5.028 Polievka hovädzia s mäsom
100 porcií

Receptúra

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
voda	18,00	18,00	20,00	20,00	22,00	22,00	25,00	25,00
soľ	0,05	0,05	0,10	0,10	0,10	0,10	0,12	0,12
cibuľa	0,25	0,21	0,25	0,21	0,30	0,25	0,50	0,42
mrkva	1,00	0,80	1,00	0,80	1,50	1,20	1,80	1,44
petržlen	0,50	0,40	0,50	0,40	0,75	0,60	1,00	0,80
zeler	0,50	0,40	0,50	0,40	0,70	0,56	1,00	0,80
kaleráb	0,50	0,40	0,50	0,40	0,70	0,56	1,00	0,80
petržlenová vňať	0,10	0,07	0,10	0,07	0,10	0,07	0,10	0,07
korenie celé čierne			0,01	0,01	0,02	0,02	0,03	0,03
hovädzie zadné	1,80	1,80	2,00	2,00	2,00	2,00	2,50	2,50
korenie nové			0,01	0,01	0,02	0,02	0,03	0,03
hmotnosť porcie v g	180		200		220		250	
hmotnosť mäsa v g	11		12		12		15	

Výrobný postup

Hovädzie mäso umyjeme a dáme variť do vody. Pridáme korenie, soľ, očistenú celú cibuľu a pomaly varíme. Keď je mäso polomäkké pridáme umytú, očistenú koreňovú zeleninu a varíme do zmäknutia. Potom mäso a zeleninu vyberieme, nakrájame na kocky. Polievku precedíme, pridáme pokrájané mäso, zeleninu a dochutíme umytou posekanou petržlenovou vňaťou pred konzumáciou.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	111	27	3,74	0,4	0,0	1,6	0,8	26,0	0,6	0,178	0,0	0,0	5,7	0,0
B	122	29	4,14	0,4	0,0	1,7	0,8	28,7	0,7	0,178	0,0	0,0	5,7	0,0

C	143	34	4,29	0,5	0,0	2,5	1,2	35,6	0,8	0,262	0,0	0,0	7,8	0,0
D	185	44	5,41	0,6	0,0	3,4	1,6	44,6	1,0	0,314	0,0	0,1	10,1	0,0